



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kyllinglårfilet med asiatisk agurksalat, fullkornsrís og chilimajones

Ris

135 g fullkornsrís

Asiatisk agurksalat

½ stk agurk

½-1 pakke reddiker

½-1 stk lime

½-1 pakke chiliflak

🏠 2 ss soyasaus

🏠 ½ ts sukker

Kylling

350 g utbenet kyllinglår
u/skinn

1 pakke

edamamebønner

½-1 pakke sitruskrydder

Tilbehør

½ pakke chilimajones

🏠 olje

🏠 bakepapir (kan
sløyfes)

1 **Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken.

2 **Asiatisk agurksalat:** Skyll og kutt agurken og reddikene i skiver, og ha dem i en serveringsskål. Bland inn saften fra limen, ønsket mengde av chiliflakene, 2 ss soyasaus og ½ ts sukker.

3 **Kylling:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingen i 3-4 minutter på hver side, eller til den er gjennomstekt. Tilsett edamamebønnene og krydre med sitruskrydderet de siste 2 minuttene av steketiden.

4 **Tilbehør:** Server chilimajonesen til retten.

Tips fra kokken: Vend agurksalaten og risen sammen til en lun salat.